

## EL DEPORTE ADAPTADO COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN SOCIAL

Conferenciante: Salvador Navas Rueda

La conferencia se desarrolla en el marco de la asignatura *Actividades y dinámicas para el ocio y el tiempo libre en expresión corporal*, optativa del cuarto curso del Grado en Educación Social de la Universidad de Málaga.

Una de las manifestaciones corporales más populares es, sin duda alguna, el deporte. Bajo su aparente simplicidad, se esconde una gran complejidad social y cultural. En el ámbito de la educación social, el deporte constituye una herramienta de integración en colectivos en riesgo de exclusión social. El deporte adaptado a personas con diversidad funcional permite que estas personas puedan disfrutar de los beneficios físicos, psicológicos y sociales que aporta la práctica deportiva.

Es por ello que, dentro del programa de la asignatura, se contemplan este tipo de actividades deportivas con la finalidad de que los futuros educadores y las futuras educadoras sociales conozcan y cuenten con este tipo de recursos en sus intervenciones educativas. Esta conferencia pretende complementar los fundamentos teóricos reflejados en diversos estudios publicados sobre la temática y las sesiones prácticas de familiarización con estos deportes. El testimonio directo de un deportista adaptado de alto nivel que comparte su experiencia vital con el alumnado enriquece su formación personal y profesional y muestra cómo, en la realidad, el deporte puede jugar un papel muy importante para ayudar a todas las personas a empoderarse y mejorar su calidad de vida.

Salvador Navas Rivas tiene mucha experiencia impartiendo charlas de motivación, superación y autoestima. Tras sufrir un accidente muy grave practicando parapente en 2004, ha salido adelante con ayuda del deporte (pero no solo del deporte), superándose a sí mismo y llegando a ser Deportista de Alto Rendimiento en Esquí Alpino Adaptado y Vela Adaptada. Su trabajo como funcionario en el Instituto Andaluz del Deporte (Junta de Andalucía) lo ha complementado con la docencia como Profesor de la Escuela Oficial de Esquí de Sierra Nevada, tras obtener la titulación de Técnico Deportivo de Esquí Alpino (especialista en Esquí Adaptado). Igualmente, ha colaborado con diferentes fundaciones dedicadas a la inclusión de personas con discapacidad a través del deporte, como la Fundación Deporte y Desafío (Madrid), la Fundación También (Madrid) y la Fundación Divers@s (Granada).

Tras la conferencia, se pidió a los asistentes que participaran en un foro del campus virtual en el que compartieran lo que la conferencia les había aportado y sus reflexiones sobre la misma. A continuación, se recoge un resumen de

dichas aportaciones, que reflejan la relevancia de la conferencia en el desarrollo personal y profesional de los estudiantes:

“Al igual que aprendemos mejor mediante el juego, que una persona venga y nos cuente personalmente, es más fructífero y más fácil de recordar que si lo tratamos mediante temario. A la par que enriquecernos de manera personal, ya que es una historia de superación que lanza un mensaje muy positivo.”

“La visita de este deportista ha sido muy motivadora, y sobre todo enseña cómo el deporte puede ser una herramienta muy útil para encontrar nuevos motivos para vivir y sobre todo un por qué, ya que además de mantenerte ocupado y de cuidarte, te hace parte de algo y siempre hay alguien detrás de ti, ya sea un amigo o un equipo.”

“No tengo palabras para describir lo que me aportó la charla de Salvador Navas, al que le agradezco muchísimo que haya venido a contarnos su experiencia y a motivarnos hablando de la importancia de nuestra carrera. Es cierto que el acompañamiento es de las principales funciones que realizamos y de las más importantes, por no decir que la que más.”

“Destacó mucho la importancia del deporte en su vida, y pude darme cuenta de que no era consciente de la cantidad de deportes que existen en los que pueden participar las personas con diversidad funcional, y las diferentes formas de adaptarlos para su participación. Como todas las aficiones, el deporte es una forma de expresarte además de ser saludable, por lo que lo considero necesario para hacer intervenciones con colectivos marginales, por ejemplo. Por otra parte, haciendo deporte también encuentras un círculo de personas que te sirven de apoyo y con las que crear un vínculo relevante.”

“En cuanto a la charla de Salvador, simplemente no tengo palabras para expresar todo lo que he sentido. Desde hace un tiempo, la palabra "resiliencia" es muy importante para mí y Salvador es un claro ejemplo de que con ilusión y ganas se puede superar cualquier bache que la vida nos ponga por delante. Es increíble observar cómo ha conseguido seguir con su vida y sacar el lado positivo de todo lo malo que le ha ocurrido. Su relato me ha ayudado a ser consciente de que siempre hay que ver el lado positivo de las cosas y que por muy mal que estemos, tenemos que seguir disfrutando de la vida porque solamente tenemos una.”

“La historia de Salvador no ha dejado indiferente a nadie, sus palabras y forma de afrontar la vida demuestran que, a pesar de las injusticias y las dificultades con las que nos podamos topar, la vida es maravillosa y por supuesto merece la pena ser vivida. Su optimismo y vitalidad han calado profundamente en nuestros

corazones, siendo una persona digna de admiración y su experiencia se corresponde con todo un ejemplo de superación.”

“Además, Salvador con su testimonio ha hecho una valorización consistente de nuestra profesión, argumentando que vamos a ser personas esenciales en las vidas de otras y que nuestro cometido de ayuda es fundamental para la transformación social.”

“En resumen, tal y como dice Salvador, el miedo es la peor discapacidad que existe. Por lo anterior, solo nos queda dejar salir a todos nuestros miedos con el objetivo de tener espacio suficiente para todos nuestros sueños.”

“...su historia nos sirve tanto de manera personal como profesional, su afán de superación y su actitud ante la vida sin duda ha sido el secreto de su prosperidad y de su éxito, y agradecerle sus grandes expectativas hacia nosotros los educadores sociales, por ser un ejemplo para él y tomarnos como una gran ayuda a la personas que sufren grandes cambios y traumas en sus vidas.”

“Este hombre demostró una vez más que la discapacidad no define a la persona, lo que define a la persona es la actitud y la manera de afrontar los obstáculos que la vida va poniendo.”

“...la charla de Salvador ha sido inspiradora [...] me parece una persona auténtica y un ejemplo claro de resiliencia. Además, también es un ejemplo de [...] que el deporte es una oportunidad de inclusión y de crecimiento personal muy fuerte. El sentido del humor es algo que sobresale en esta persona, y no hay que olvidar la honestidad que tiene al hablar sobre sus momentos de debilidad. Me ha hecho reflexionar mucho sobre lo fina que es la línea entre lo bien y lo mal que estamos y podemos estar, ya que al escuchar este tipo de testimonios te replanteas las quejas que tú tienes cada día, sin pensar en todo lo que otras personas pueden estar sufriendo. Me ha parecido inspiradora la frase que dijo Salvador de: *Si pudiera elegir entre haberme caído y no, elegiría volver a caerme por todo lo que me ha hecho conseguir*. Esto es de lo que hablo cuando digo que es un ejemplo de resiliencia, y gran parte de esta superación y proyección de futuro se la debe al deporte, y eso es algo maravilloso.”

“La visita de Salvador fue muy enriquecedora, nos brindó muchos halagos y mensajes a los educadores sociales. Nos "zarandeó" y me hizo darme cuenta de lo importante y necesarios que somos en la sociedad para apoyar y acompañar a las personas que lo necesiten, porque si se quiere siempre se puede y Salvador, es un gran ejemplo de ello.”

“Me sorprendía gratamente como de algo tan trágico como puede ser que te amputen una pierna, sacar bromas tales como "Si a un cojo le pones un nudo,

eres cojonudo”. Realmente es muy difícil llegar a bromear sobre tu propio cuerpo cuando una vez pensaste en quitarte la vida por ello. Sin duda, es un completo ejemplo a seguir porque, en la mayoría de las ocasiones, es la actitud la que marca la diferencia y su experiencia lo confirma. Me reitero en que su toque de humor es inigualable. Además, es un hombre con carisma y sabe transmitir a los/as demás. En definitiva, admiro a todas aquellas personas que son capaces de llegar a transformar el dolor en risas. Ojalá Salvador llegue a muchas personas más.”

“En muchas ocasiones creo que la profesión que hemos escogido nos hace flaquear, ya que las fuerzas, la voluntad y la paciencia es lo que más necesitamos para poder hacer bien nuestro trabajo. Sin embargo, hay muchas ocasiones en las que una mala pasada pueden hacernos perder esos tres elementos que tan necesarios son. Entonces, que viniese Salvador y dijese tantas cosas que me hicieron sentir otra vez una educadora apta, válida y fuerte, me hizo volver a crearme capaz de seguir formando parte de esta familia de educadores sociales que se dejan la piel por personas como él.”

“Por otro lado la charla me pareció de mucha motivación. Y no solo como profesional, ya que no enseña a no encasillar a nadie por su aspecto o a quitar los prejuicios que podamos tener hacia las personas con alguna incapacidad. Somos nosotros mismos los que los limitamos e incapacitamos en muchas ocasiones. No las dejamos remontar o demostrarse que pueden hacerlo. Me anima como profesional a pedir el 100% de cada persona con la que trabaje en contra de todo pronóstico. Pero también a nivel personal me llevo la lucha y no rendición ante lo que sea mi pasión. A él la incapacidad de hacer ciertas cosas le hice reinventarse, pero no cambió quien era, o lo que le gustaba hacer, sino que lo hizo de una manera diferente, pero lo hizo, y lo hace. Incluso abriendo su abanico de posibilidades, en este caso con el deporte.”

“Personalmente, la visita de Salvador para mí ha supuesto un antes y un después en mis pensamientos y reflexiones hacía determinados temas. Además de transmitirnos de forma tan particular su historia de vida, sus sentimientos y cada uno de los logros que gracias a su esfuerzo ha conseguido; nos ha dado a entender lo importante que es nuestro trabajo y la labor que como profesionales realizamos con las personas. De forma teórica lo hemos escuchado millones de veces, pero nunca es comparable con la realidad; no es comparable cuando alguien se planta delante de ti y te cuenta su experiencia, lo importante que ha sido la ayuda que ha recibido y como ha logrado salir adelante reconstruyendo su vida.”

“Uno de los aspectos que más me ha impactado es el valor que nos da a los educadores/as sociales, para él nosotros/as damos vida, pero sobre todo damos recursos para que las personas se puedan empoderar. De este modo, dar la

oportunidad de que ellos/as sean los/as protagonistas de su propio cambio, aunque seamos un apoyo importante en determinados momentos de sus vidas.  
“

“Otro aspecto relevante es el valor que le da al deporte, resaltando que esto junto a su familia y amigos ha sido el pilar fundamental para seguir hacia delante, y construir una vida que le hace feliz. Para Salvador el deporte fue un recurso que le ayudó a no quedarse atrapado en el pasado con la nostalgia de lo que se fue, sino potenciar todo lo que le quedaba. Además, de los beneficios que tuvo el deporte en su salud física y psicológica, pues no debemos olvidar que el deporte también transmite buenos valores.”

“Considero que debemos dar al deporte la relevancia que tiene en nuestra profesión, ya que constituye una gran herramienta para que la persona pueda descubrir todas sus potencialidades, sus capacidades y posibilidades, así como una gran vía a través de la cual pueda encontrar nuevas oportunidades y retos, vencer sus miedos, crecer en todos los ámbitos posibles y lo más importante de todo, ser feliz y vivir la vida, ya que como bien comentó Salvador, ésta merece ser vivida.”

“Salvador con su historia me dio alas para volar y vivir sin miedo. Desde el minuto uno me transmitió su entereza y sus ganas de vivir, su filosofía de vida de luchar por nuestros sueños porque solo es imposible aquello que no intentas. La vida nos va a poner en infinidad de ocasiones a prueba, nos va a poner frente a situaciones difíciles y la actitud que tomemos frente a ellas nos hará aprender y madurar. Cada hecho nos marca de una manera u otra, eso es inevitable, pero en nosotros está encontrarle el sentido a la vida después de ello. Salvador en su caso, lo encontró en el deporte, el cual fue su motor antes y después de lo ocurrido.”

“El mensaje de superación, esfuerzo y constancia que nos llevamos ese día no se nos va a olvidar nunca, que haya personas tan positivas inspira a otras a seguir hacia delante.”